



ASAKURA

2019

冬

winter

- ・ 新年のご挨拶
- ・ CT・マンモグラフィ紹介
- ・ 特集:抗菌薬
- ・ ELNEC-J 研修報告
- ・ 減塩レシピ
- ・ 勉強会案内

新年のご挨拶

明けましておめでとうございます。皆様には良いお正月を迎えられたことと存じます。本年も何とぞよろしくお願い申し上げます。

今年は年号の改元、統一地方選挙と参議院選挙、消費税率引き上げ、地域医療構想に基づく病床再編など、いくつもの大きな変化が予定されています。また、近年水害や地震などの災害が相次ぎ、今年も新年早々の地震に驚かされました。朝倉医師会病院は、地域の基幹病院・防災拠点病院として、その役割を十分果たせるよう、気を引き締めて仕事に取り組んでいく所存です。

新しい年を迎え、医師会病院は確実に良い方向に向かってスタートを切りました。その一つの現れは、最新型の256列マルチスライスCTスキンの導入です。優れた解像度で様々な疾患の診断に役立ちますが、短時間で血管の微細な病変まで描出できるので、特に心臓の検査に威力を発揮します。さらに今年はMRIも新機種に入れ替える予定ですので、これまで以上に高いレベルの診療が可能になります。

当病院は朝倉医師会所属のかかりつけ医との密接な連携のもとに運営されており、かかりつけ医では十分な診療ができない重症者や診断困難例を担当するほか、救急患者や時間外の急患の診療に当たっています。今年はよりスムーズな連携が出来るように、体制を整えているところです。非常勤医のみであった小児科も、現在は常勤医が復帰し充実した診療が行えるようになりました。高齢の患者さんの増加に対応し、身体機能の保持のためのリハビリテーションにも力を入れています。また、地域住民の病気の予防と早期発見も当病院の任務の一つです。そのため健康診断や人間ドックを実施しており、受診者が年々増加している状況です。がんの診療にも重点を置いており、手術や抗がん剤による治療だけでなく、苦痛を和らげるためのホスピスの運営も行っています。

全国的な医師不足と高齢化の影響は当病院にも及んでいますが、働き方改革との両立を図りながら、知恵と力を結集して、これまで以上に地域に貢献できる病院を目指していく覚悟です。ご支援、ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。



朝倉医師会病院
院長 山田 研太郎

最新機器を導入しました

GE Healthcare 256列マルチスライスCTスキャナ Revolution CT

当院はこの度、GEヘルスケア社製超高分解能マルチスライスCT“Revolution CT”を導入しました。

CTには様々なタイプが存在しており、大別すると心臓や脳を一回転で撮影できるワイドカバレッジCTと、細かいものまで見える高分解能型があります。“Revolution CT”は、この2つを両立したCTです。

【主な特長】

- ◇ 頭部・心臓検査が1回転で撮影可能
- ◇ 息止め時間が1～5秒と大幅に短縮可能
- ◇ エックス線被ばく量を最大50%低減可能
- ◇ 造影剤を最大40%低減可能
- ◇ 臓器ごとの動態撮影が可能

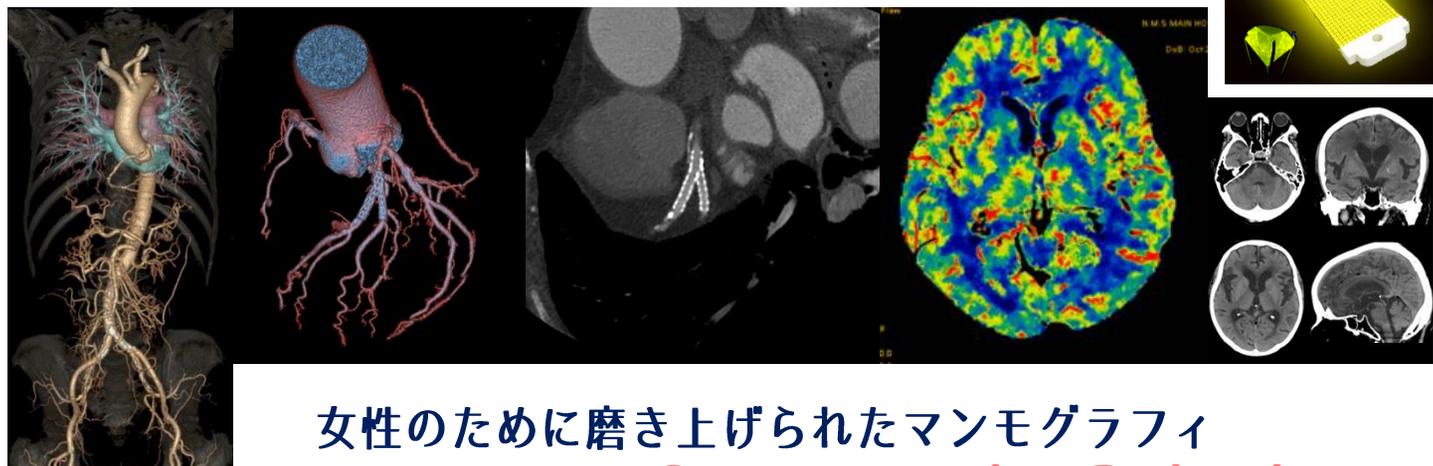


● 検出器 ●

- ◇ 幅16cm
心臓や脳をはじめとする臓器を1回転(1秒以下)で撮影できます
- ◇ 素材：ガーネット(宝石)
高分解能を実現し、細い血管の描出を可能にします



ガーネット検出器



女性のために磨き上げられたマンモグラフィ

GE Healthcare Senographe Pristina

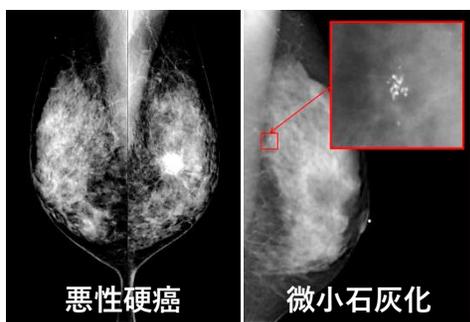
最新鋭のデジタルマンモグラフィ(乳房X線診断)装置は、患者さんが快適な検査を受けられるように工夫されています。

また、フラットパネル型デジタルディテクタを採用することで、少量のX線量で質の高い画像を撮影でき、高い病変描出能力をもっています



【主な特長】

- ◇ 患者さんの不安や負担を和らげる機能性を備えたやさらかなデザイン
- ◇ スピーディな画像表示により、短時間で検査が可能
- ◇ 質の高い画質で、小病変の描出に威力を発揮



悪性硬癌

微小石灰化

気になる！抗菌薬のあれこれ♪



どういうときに使うの？

基本的には**細菌による感染症**のときに使用します。

咳、鼻水、咽頭痛など一般的な風邪症状の原因の多くはウイルスであり、抗菌薬は効果がありません。



抗菌薬ってなに？

抗菌薬とは、**細菌などの微生物の成長を抑える物質**のことです。

細菌や真菌といった生物から作られたものを**抗生剤**(抗生物質)、化学的に作られたものを**合成抗菌薬**といい、これらをまとめて**抗菌薬**と呼んでいます。



耐性菌について

耐性菌とは、**抗菌薬に抵抗力をもった細菌**のことをいいます。

抗菌薬は、細菌にとっては猛毒です。そのため、あの手この手で逃げ延びようとします。そして抗菌薬に負けないようにだんだんと強く進化し**抗菌薬を飲んでも効きにくくなったり、効かなくなってしまう菌を「薬剤耐性菌」と**いいます。



副作用はありますか？

抗菌薬を飲むことによって多くみられる副作用は**下痢や嘔吐、湿疹**などです。

抗菌薬は善玉菌、悪玉菌の区別なく、腸内細菌までやっつけてしまうので、おなかの中のバランスが不安定になり下痢や嘔吐といった症状がでることがあります。

抗菌薬を飲んでいてこのような症状が現れた場合でも自己判断で中止はしないで早めにかかりつけの医師や薬剤師に相談してください。



抗菌薬を使う時に守ることや気を付けることは？

医師から指示されたお薬を正しく飲むことが大切です。指示された通りの量、回数、飲む時間、日数を守りましょう。

例えば、5日分の薬をもらったならきちんと5日間飲み切ってください。途中で体調が良くなっても自己判断でお薬の量を減らしたり、飲むのを中断することはやめましょう。思わぬ副作用がでたり、菌が残ってしまい治療に時間がかかったり、薬剤耐性菌を増やす原因に繋がってしまいます。



薬のQ&A



正しい知識で正しく使用しましょう

いつ飲んだらいいの？

[食前]胃の中に食べ物が入っていないとき
一般に**食事の30分前から1時間前**

[食後]胃の中に食べ物が入っているとき
一般に**食事のあと30分以内**

[食間]食事と食事の間のこと
一般に**食事の2時間後**が目安



ジュースやお茶で飲んでもいいの？

水以外の飲み物と一緒に飲むと、薬の成分が飲み物の成分と作用しあって、予期しないトラブルが起きることがあります。

薬は**水か白湯**で飲むのが一番です。



前回もらった薬が残ってるけど…

前回と同じ症状だからと言って、残った薬を自己判断で飲んだり、家族や友人にあげるのはやめましょう。予期せぬ副作用や症状が出る可能性があります。

きちんと医師の診断を受け、指示された薬を飲むようにしましょう。

お薬手帳は何のために必要なの？

薬剤師が薬に関する大切な情報を記入することで、**服用中の薬の情報を正しく伝える**ことができます。また、「副作用歴」「アレルギーの有無」「過去にかかった病気」などを追加することでトラブルをあらかじめ回避できます。

お薬手帳は病院や薬局ごとに分けず、一冊で管理しましょう。



ジェネリックってなに？

ジェネリック医薬品は**後発医薬品**ともいい、**先発医薬品(先に販売されている薬)と同じ有効成分を同じ量含む医薬品**です。薬の値段が先発医薬品より安くなるという利点があります。

先発医薬品と同じ効き目や安全性が同じだと確認するために、国が定める厳しい試験をクリアしないと、製造・販売することができません。



5th

ELNEC-Jコアカリキュラム 看護師教育プログラム

in 朝倉医師会病院 2018

ELNEC(エンド・オブ・ライフ・ケア)とは、疾患や対象に関わらず人が人生を終える時期に必要なとされるケアのことです。質の高いエンド・オブ・ライフ・ケアを提供するために、看護師に必須とされる能力修得を目的とした教育プログラムで必要な基本的知識を学び、看護師の役割について考えることができます。



- M 1 : エンド・オブ・ライフ・ケアにおける看護
- M 2 : 痛みのマネジメント
- M 3 : 症状マネジメント
- M 4 : エンド・オブ・ライフ・ケアにおける倫理的問題
- M 5 : エンド・オブ・ライフ・ケアにおける文化
- M 6 : コミュニケーション
－患者の意思決定を支えるために－
- M 7 : 喪失・悲嘆・死別
- M 8 : 臨死期のケア
- M 9 : 高齢者のエンド・オブ・ライフ・ケア
- M10 : 質の高いエンド・オブ・ライフ・ケア



久留米大学より3名
嶋田病院より1名の講師
(緩和ケア認定看護師)の方々に、
ご協力をいただきました。

今年で5年目となるエンド・オブ・ライフ・ケア研修会を、平成30年12月1日～2日の2日間で開催し、無事終了することができました。

当日は朝倉医師会病院の看護師をはじめ、老健施設・訪問看護ステーション・一般病院から24名の参加がありました。

講義だけではなく、ケーススタディ・グループワーク・ロールプレイ等を盛り込んだ内容で、受講生からも好評でした。

開催にあたり運営に携わっていただいた認定看護師・退院支援部門・臨床心理士・緩和ケア病棟スタッフの方々に、心から感謝いたします。

緩和ケアチーム 溝上 千代美

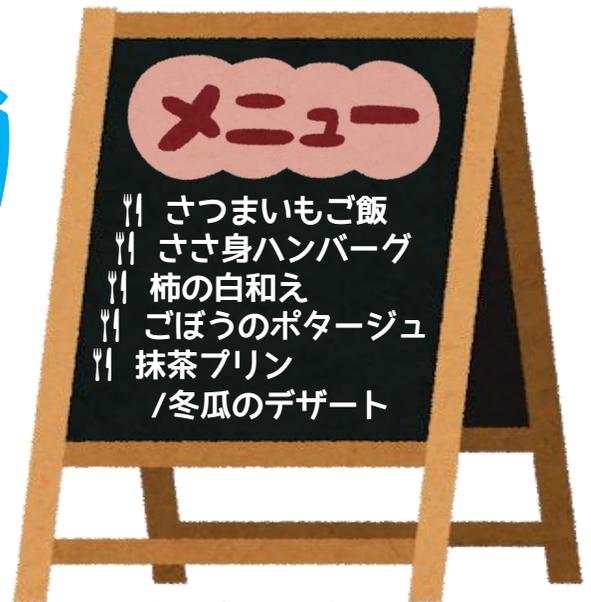
受講生の感想

- ★いつか誰にでも訪れる死に対して、本人・家族がきちんと迎えることができるように、私達は関わらないといけないと思いました。
- ★自分がこれからどうしたいかという目標も見つかったので、達成していけるように頑張っていきたいです。
- ★時間に追われても答えを急がせずに、寄り添う姿勢で接したいと改めて考えました。
- ★日々業務の中で、患者に対しこれでいいのかとジレンマを感じていましたが、ロールプレイを行い、患者の気持ちに近づけ、それでよかったんだと思うことができました。



減塩 クッキング

栄養管理科 石野 百合



1日の塩分の目安量は女性7g未満、男性は8g未満とされています。(高血圧の方は6g未満)
しかし、日本人の平均的な塩分摂取量は約10g程度と多く摂り過ぎてしまっているのが現状です。
そこで、おいしく塩分を減らす方法を皆さんと一緒に学ぶため、**減塩クッキング**を開催しています。
どなたでもご参加いただけますのでご興味のある方はぜひお待ちしております。



減塩ポイント

① 酸味・風味の利用

かぼすの酸味やごまとごぼうの風味を利用して薄味でもおいしくいただけるように工夫しています。

② 味に濃淡を付ける

主菜のささみハンバーグや副菜の柿の白和えに味をしっかりつけ、その分ご飯は薄味にするなど味に濃淡を付けています。



ごぼうのポタージュ

材料 (4人分)

- ごぼう 100g
- 玉ねぎ 80g
- バター 12g
- 薄力粉 8g
- 牛乳 200g
- コンソメ 1.6g
- こしょう 0.04g

作り方

- ① ごぼうを薄く切って水につける
- ② 玉ねぎを薄く切る
- ③ 鍋にバターを入れ①②を炒める
- ④ 薄力粉を加え、さらに炒める
- ⑤ 牛乳を加え、ひと煮立ちさせる
- ⑥ 塩、こしょうを加える
- ⑦ ミキサーにかける
- ⑧ 器に盛り、パセリを散らす



冬瓜のデザート

材料 (4人分)

- 冬瓜 120g
- 片栗粉 16g
- 黒砂糖 8g
- きなこ 4g

作り方

- ① 冬瓜に片栗粉をまぶして煮る
- ② 冷水に入れる
- ③ きなこと黒砂糖をまぶす

一般的に汁物には約1.5g程度の塩分が含まれますが、今回はごぼうの風味を利用して0.5gで仕上げました



「減塩クッキング」

- ・日 時：毎月第1水曜日
- ・時間：11：00～13：00 (2時間程度)
- ・材料費：700円
- ・持ち物：エプロン、三角巾
- ・場所：朝倉医師会病院 2Fエレベーター横
- ・問合せ・申込みは、栄養管理科 管理栄養士まで 朝倉医師会病院 電話：0946-23-0077(代表)

がん征圧研修会

日時	平成31年2月22日(金) 13:30~15:00
場所	朝倉医師会病院 研修ホール
演題	隣臓がんについて
講師	朝倉医師会病院 肝胆隣内科部長 河口 康典
参加費	無料
連絡先	朝倉市女性連絡協議会 担当：篠田(TEL 0946-25-0204)
共催	朝倉市女性連絡協議会 朝倉医師会病院

住民公開講座

日時	平成31年3月9日(土) 開場 13:00 開演 14:00
場所	朝倉医師会病院 研修ホール
テーマ	これからのがんと生活 ～がんになって思ったこと、 がんになる前に考えること～
講師	朝倉医師会病院 院長 山田 研太郎 緩和ケア科 科長 鈴木 稔
参加費	無料
連絡先	朝倉医師会病院 TEL 0946-23-0077
主催	朝倉医師会病院

※体験型イベントや各種相談コーナーあり
※託児あり(要予約)

教室・イベントのご案内

○糖尿病教室

時間	15:30~16:30	場所	2階 予防教室
内容	月：糖尿病と検査,運動	臨床検査技師・理学療法士	
	火：糖尿病と薬,ケア	看護師・薬剤師	
	水：糖尿病とは	医師	
	木・金：糖尿病と食事	管理栄養士	

○高血圧教室

時間	15:00~
場所	2階 予防教室
内容	・高血圧とは ・ケア,薬について

○～ニコニコ生活を送るための～減塩勉強会

時間	15:00~16:00
場所	2階 予防教室
内容	高血圧と食事

○肝臓病教室

時間	15:00~16:00
場所	2階 予防教室
内容	肝臓病と食事

○がんサロンくつろぎ

日時	2/28(木) 受付 13:15~ 開始 13:30~
----	--------------------------------

場所	2階 研修ホール
テーマ	今どきの抗がん剤

対象 がん経験者さんご家族
※当院受診者以外でもお気軽にご参加ください
※予約不要(途中参加・退出可)

がん相談支援センター

・減塩クッキング(2/6、3/6、4/3)
・わくわくクッキング(2/8、3/8、4/12)

時間	11:00~
場所	2階 調理実習室
参加費	700円 ※要事前申し込み

【お問合せ】朝倉医師会病院 TEL: 0946-23-0077

※がんサロン以外のお問合せ・お申し込みは、栄養管理科 管理栄養士まで

●=クッキング

2月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6●	7	8●	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28		

3月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6●	7	8●	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

4月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3●	4	5	6
7	8	9	10	11	12●	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

一般社団法人 朝倉医師会

朝倉医師会病院

ASAKURA MEDICAL ASSOCIATION HOSPITAL

〒838-0069 福岡県朝倉市来春422-1

TEL 0946-23-0077

FAX 0946-23-0076

URL <https://www.asakura-med.or.jp/hospital>

朝倉医師会病院ニュース

ASAKURA 2019 冬号

発行：朝倉医師会病院 総務課

発行日：2019年1月